

Согласовано



Директор
 МАОУ Сорокинская СОШ №3
 /О.А. Чухно/

МЕНЮ

28 февраля 2024 г.

СВО 5-11 класс завтрак-обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	6,59	0,1	8,1	0,1	73
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	7,80	2,4	3,1		38
2013	164	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	13,91	7,1	6,4	24,5	186
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,13	0,1		12,6	51
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	20	1,32	1,3	0,2	7,7	38
2006	458	АПЕЛЬСИНЫ	260	39,29	1,6	0,3	13,7	73
Итого				70,04	12,6	18,1	58,6	459
Обед								
1996	181	УХА РЫБАЦКАЯ	250/50	24,78	9,3	7,2	10,4	144
2020, 2021	54-9м	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ	250	68,85	17,1	19,9	20,1	328
2013	518	СОК	200	14,22	0,3		22	89
		ХЛЕБ СВЕЖИЙ	40	2,76	0,8	0,4	17,6	77
		ХЛЕБ БЕЛГОРОДСКИЙ	40	2,64	2,5	0,5	15,3	77
Итого				113,25	30	28	85,4	715
Всего				183,29	42,6	46,1	144	1174

диетсестра _____ Л.Ю.Брандт

повар _____ О.М. Заваруева